En Lectura Fácil

Programa de actividades de ANFAS Pamplona para niños y niñas

Curso 2026-27

anfas

Índice

La Lectura Fácil 3

¿Qué es este documento? 3

Habilidades funcionales 4

Informática 6

Natación 8

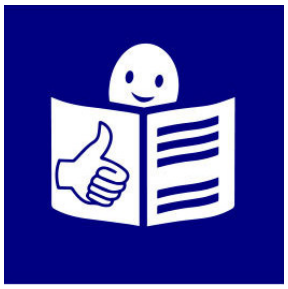
Actividades de ocio 10

Inscripciones 12

La Lectura Fácil

Este documento está en Lectura Fácil.

La **Lectura Fácil** viene bien
a las personas con dificultades de comprensión
como las personas con discapacidad intelectual o del desarrollo.



Esta imagen azul es el logo europeo
de la Lectura Fácil.
Cuando veas este logo
en un documento o en un libro
significa que es más fácil de entender.

¿Qué es este documento?

Este documento es un folleto
en el que puedes ver
las actividades que hay en ANFAS Pamplona
durante el curso 2025-2026.

En este folleto puedes ver
las actividades que hay para **niños y niñas**.

Habilidades funcionales

¿Quién puede participar?

Pueden participar las niñas y niños
con discapacidad intelectual o del desarrollo
que tienen entre 3 y 11 años.

¿Qué hacemos en este programa?

Trabajamos con la niña o el niño, la familia y su entorno para que adquieran aprendizajes que sirvan para la vida diaria.

Las sesiones pueden ser:

Individuales: personalizadas y centradas en la niña o niño con acompañamiento de su familia.

Habilidades sociales: son en grupo y se puede trabajar

- Las relaciones sociales
- El respeto
- Los límites
- El afecto
- La sexualidad
- Identificación de abusos
- Manejo del dinero
- Hacer la compra
- Usar el reloj
- Normas de seguridad vial
- Coger transporte público

Desarrollo corporal y multiestimulación: son en grupo y se puede trabajar

- Desarrollo y control del cuerpo
- Coordinación
- Atención
- Lateralidad
- Equilibrio
- Comunicación
- Socialización
- Relajación
- Bienestar físico

¿Cómo son las sesiones?

En las sesiones individuales el niño o la niña y la familia
trabajará junto con la persona profesional

En la sesiones grupales las y los niños

trabajarán juntos

con la coordinación de las familias.

¿Cada cuánto tiempo son las sesiones?

Las sesiones son 1 vez a la semana.
Cada sesión dura 1 hora.
Llama al teléfono 948 27 50 00
para saber qué días y horarios hay disponibles.

¿Cuánto dinero hay que pagar?

Las sesiones individuales

tienen un precio de 150 euros al mes.

Las sesiones de habilidades sociales

tienen un precio de 75 euros mensuales.

Las sesiones de desarrollo corporal y multiestimulación

Tienen un precio de 50 euros mensuales.

Informática

¿Quién puede participar?

Pueden participar las niñas y niños
con discapacidad intelectual o del desarrollo
que tienen entre 6 y 11 años.

¿Qué hacemos en este programa?

Enseñamos a la niña o el niño a:

- Navegar por Internet.

- Utilizar las herramientas básicas del ordenador,
  por ejemplo, los programas Word y Excel.

También trabajamos programas educativos,
por ejemplo, para aprender a leer,
escribir o hacer matemáticas básicas.

Para todo esto utilizamos
materiales como ordenadores,
tabletas digitales y una pizarra digital.

¿Cómo son las sesiones?

Las sesiones son en **grupo**.
La persona profesional adapta las actividades
a las necesidades, intereses y habilidades
que tiene cada persona participante.

¿Cada cuánto tiempo son las sesiones?

Las sesiones son 1 vez a la semana.
Cada sesión dura 1 hora.

Llama al teléfono 948 27 50 00
para saber qué días y horarios hay disponibles.

¿Cuánto dinero hay que pagar?

Hay que pagar 30 euros al mes.

Natación

¿Quién puede participar?

Pueden participar las niñas y niños
con discapacidad intelectual o del desarrollo
que tienen entre 3 y 11 años.

¿Dónde son las sesiones?

Las sesiones de Natación
son en el polideportivo de Berriozar
que están en la Calle

Cendea de Ansoain número 2.

¿Qué hacemos en este programa?

Enseñamos a la niña o el niño
a moverse en el agua y nadar.

¿Cómo son las sesiones?

Las sesiones son en **grupo**.
Una monitora de natación
y una persona profesional de ANFAS
dirigen la sesión.

Hay también personas voluntarias de apoyo.

¿Cada cuánto tiempo son las sesiones?

Las sesiones son 1 vez a la semana.
Cada sesión dura 45 minutos,
es decir, 3 cuartos de hora.
Llama al teléfono 948 27 50 00
para saber qué días y horarios hay disponibles.

¿Cuánto dinero hay que pagar?

Hay que pagar 50 euros al mes.

¿Qué grupos hay?

Se puede elegir
1 de los siguientes grupos:

- **Grupo 1.**
  Miércoles de 3 y media a 4 y cuarto de la tarde.
- **Grupo 2.**
  Miércoles de 4 y cuarto a 5 de la tarde
- **Grupo 3.**
  Miércoles de 5 a 6 menos cuarto de la tarde.

Actividades de ocio

El **ocio** son las actividades
que hace una persona y que disfruta
en su tiempo libre.

¿Quién puede participar?

Pueden participar las niñas y niños
con discapacidad intelectual o del desarrollo
que tienen entre 6 y 11 años.

¿Qué hacemos en este programa?

En este programa hacemos distintas actividades,
por ejemplo:

- **Actividades de exterior:**
  - Excursiones.
  - Actividades que organizan otras entidades,
    por ejemplo, ayuntamientos, la Mancomunidad
    o el Civican.
  - Y otras cosas más.

- **Actividades de interior:**
  - Cuentacuentos.
  - Talleres de plástica.
  - Cocina.
  - Deporte.
  - Relajación.
  - Taller de masajes.
  - Y otras cosas más.

¿Cómo son las sesiones?

La niña o el niño
hará actividades de ocio
junto con la persona profesional
y otras personas participantes.

¿Cuándo son las sesiones?

Los sábados de 11 de la mañana
a 1 y media del mediodía.

¿Cuánto dinero hay que pagar?

Hay que pagar
33 euros y 50 céntimos al mes.

Inscripciones

Aquí puedes encontrar información
para apuntarte
a cualquiera de los servicios y programas
que hay en ANFAS.

¿Quieres más información?

Para que te demos más información puedes:

- Pasar por las oficinas de ANFAS.
- Llamar por teléfono al 948 27 50 00.

¿Quieres apuntarte a alguna actividad?

Llama por teléfono al 948 27 50 00.

¿Se guardan las plazas de un año a otro?

Si.
Esto quiere decir
que a la hora de apuntarse a cada actividad
tienen prioridad las personas
que el curso pasado
estuvieron en esa misma actividad.

Las personas profesionales
se pondrán en contacto con las familias y participantes
para confirmar que quieren seguir en la actividad
y decirles cuándo empieza.

Las bajas en las actividades

Las personas que se dan de **baja**,
es decir, que se desapuntan de una actividad,
pierden su plaza en esa actividad.

Estas personas
pueden volver a apuntarse más adelante
cuando quieran
siempre que queden plazas en esa actividad.

El precio de las actividades

Los precios de las actividades
que aparecen en este folleto
son para las familias y participantes
que son socias de ANFAS.

Si no eres una persona socia de ANFAS
llámanos por teléfono.

Calle del Pintor Maeztu
número 2 bajo puerta trasera
en Pamplona.

Código postal 31008

Número de teléfono 948 27 50 00.

Página web
www.anfasnavarra.org

Entidad subvencionada por:

Gobierno de Navarra Nafarroako Gobernua